

箱庭制作においてイメージを外在化する過程は どのように体験されるか

村 上 未 紗

〔抄 録〕

箱庭療法では制作者によって体験されることは治療的要因として考慮すべきである。箱庭制作過程において制作者が事前に箱庭を想像し、それを「変化させたくなくなったら変えてもよい」という条件のもとに想像した箱庭を外在化させる調査を行った。すると実際の箱庭では、事前に想像した箱庭から変化させたいという体験が現れ、制作した箱庭には事前に想像したときのイメージや雰囲気と異なる箱庭作品ができていた。その想像した箱庭との違いについて、変えたいなくなったときの心の動きについてインタビューを行った。その結果、想像した箱庭を変えたいなくなったときの感情は4つに、変えたいなくなったきっかけは5つに分けられた。それらを制作者が受け取ることで新たな一面に出会いながらも、制作された箱庭の世界を納得のいく空間となり「癒し」を求めると推測された。つまり箱庭を実際に制作すること＝イメージを外在化していくことが変化を起こしていくのだと考えた。

キーワード：箱庭療法，制作過程，外在化，イメージ

第1章 序論

第1節 個人がもつイメージとイメージの外在化について

箱庭療法で見られる現象として、最初に「ああしよう、こうしよう」といったあらかた考えていた箱庭作品に対し、制作していくと最初とは異なった別の箱庭作品が出来上がっていることがある。そのとき制作者は出来上がった作品を見て驚いたり、なぜこうなったのかといったことを考えることで、箱庭作品から新たな気づきを得る場合がある。最初に思い浮かべた箱庭作品やその作品から受けるフィードバックには、制作者がもつイメージ体験が関係している。こうした制作者のイメージ体験が箱庭に表現されるものに反映され、また、表現されたイメージから制作者自身が新たな気づきを得るという相互関係がある（岡田，1984）。河合（1991）もまた、「イメージ体験の表現」では「思いがけない表現が生じてきたり、作ったイメージに刺戟されて、思いがけぬ発展や変更が生じ」と述べている。そうした「イメージ体験の表現」、つまり「イメージの外在化」によって、制作者自身の心の深層

にあるイメージが明らかになることでその意味がわかってくるようになり、そうすると制作者の考え、行動、イメージそのものが変化し、制作者にとって肯定的なものとなってくることもあるとされる（河合, 1991）。

このようにイメージを外在化する体験は、制作者にとって多くの気づきや発展につながることもある。こうしたことを考えると、イメージを外在化する過程における体験、すなわち単にイメージを思い浮かべるだけでなく、イメージを外在化することで、どのようなイメージ体験が起きるのか、またイメージを外在化することによってイメージ自体がどのように変化していくのかを検討していくことには意義があると考えられる。

第2節 箱庭制作過程におけるイメージの外在化について

箱庭制作過程では数多ある玩具の中から制作者が置きたい玩具を選ぶ、玩具を置きたい場所に置く、砂を触って寄せたり造形したりするといった、玩具や砂に触れることによって砂箱へ制作者の持つイメージが外在化される。岡田（1993）は箱庭療法におけるイメージの具象化について「夢や言葉などによる考えや感情の表現」を「三次元」として表現しうものだと述べていることから、玩具や砂を使って制作することによってイメージに実体的な形を与えられるのだと考えられる。制作者の内界で湧き上がったイメージを砂箱の中に「表現」という行為はイメージを外在化する行為であり、外在化したものからフィードバックを受けることで制作者に更なるイメージが起きるのだと考えられる。このように、箱庭療法においてイメージの外在化は、重要な位置を占めており、箱庭療法という技法の性質を考察していくには、イメージの外在化過程について考えていくことが必要となってくる。

第3節 箱庭制作過程に関する先行研究

箱庭療法に関する研究では近年、制作過程に関する研究が多くなされている。ここでは近田・清水（2006）、上田（2012）、花形（2012）の研究を取り上げて検討する。全10回の箱庭制作を行い制作者の主観的体験を検討したのが近田・清水（2006）の研究である。近田・清水は「表現することによって何が生じているのか、表現の過程で制作者がどのような体験をしているのか」に焦点を当てていた。1回の箱庭制作の後の面接と全10回の箱庭制作を振り返る「振り返り面接」が実施されており、分析方法として質的研究のデータ処理の方法を採用し、制作者の体験を細かく検討している。その結果、各制作者の制作体験には意識的な意図を超え、無意識的な要素が加わり箱庭作品に空想的、非現実的な表現が見られること、制作者の深層にある内的イメージの働きを把握できたことが制作体験の特徴として見出された。また意識と無意識との関わりによって無意識からくる内的イメージを制限しつつ制作に取り組む場面が現れた。そして無意識的要素を意識的な制作体験の中に適度に取り入れる動きが見られた。これらを踏まえて「箱庭表現過程で起こること」として①「箱庭表現によって内的な体験、感情により深く触れ、気づきを深める」、②「箱庭表現過程で、意識と無意

識の交流が深まり、内界に存する要因の影響を受けて、自我のあり方に変化が生じる」、③「表現の展開に伴って、意識と無意識の間の対立、葛藤が強まり、停滞や抵抗の動きが生じることがある」の3点に分けられることを示唆していた。

上田(2012)の研究では箱庭制作過程での体験に関して8つのカテゴリーと25の概念が生成されていた。制作過程での制作者の体験についてのストーリーラインの中の心的プロセスに「不安の緩和」と「不安の高まり」が分類されている点が特徴的である。「不安の緩和」では制作者が良好な退行状態で制作していたことが述べられていた。一方「不安の高まり」には「イメージの拡散」のように表現したいことがまとまらなくなったりする状態が起きることも示唆されていた。このような対極的な不安のカテゴリーを体験しそれをどう箱庭へ表現していくかが検討されていた。

花形(2012)の研究では初回箱庭制作での制作者の内的プロセスのモデルを明らかにし仮説の生成がなされていた。実際の治療形態で1回の箱庭制作で満足して継続しないことや良い体験でなかった場合がみられることから、初回箱庭制作のプロセスがどう体験されることで継続的に治療として繋がっていくのかを明らかにするため、初回箱庭制作に焦点を当てていた。ここでは制作前に想起される「事前イメージ」と「体験過程の変化」の間に「戸惑い」が生じているとしている。その「戸惑い」を超えて初めて制作に変化が現れるのだと推測されていた。

以上、近田・清水、上田、花形の研究から制作過程では制作者が想像していなかった現象が起きていること、それが意識されるときに新しい表現性に出会うと考えられる。制作者が想像していなかった現象とは箱庭を制作する前に「どのように作ろうか」といった考えはほとんどなく、なんとなくの想像で制作し始めることがある。そうした状態で制作に向かうとなんとなくの想像からは異なった箱庭作品が生まれることと筆者は考えた。また感情面において上田や花形の研究で見られた「不安」や「戸惑い」といった感情が生じている点にも注目すべきだと思われる。ただし、これらの先行研究では制作過程における制作者の体験を広く捉えており、箱庭療法において特徴的なイメージを外在化する過程で何が起こるのか、という明確な問いを立てて研究しているものはない。よって本稿では、制作者の内的な体験を「イメージの外在化過程」で起こる内的変化として注目していく。

第4節 本稿における内的変化を捉える方法についての検討

先ほど述べた先行研究からも分かるように、制作過程では様々な感情が沸き起きていることが示されている。数多ある玩具や砂の造形を通して制作者の内面が表現されるとき、無意識からのイメージが生じ、制作者自身も考えてもみなかった表現が生まれるとされる。考えてもみなかったような表現に制作者が意図しない内面が現れ、それを制作者が見ることで内面の変化が生じるのだと考えられている。こうしたことから、単にイメージするだけではなく、イメージを外在化していく過程で制作者にどのような変化が起きるのかを捉えること

が、箱庭療法におけるイメージ表現の理解を促進するのではないかと考えた。そこで本稿では、制作過程に課題を設定することでイメージの外在化過程における制作者の内的体験の変化を見出そうとした。その方法として箱庭を実際に制作する前に、イメージにおいて箱庭を制作させるという課題を設定することにした。この課題の設定は片畑（2006）の研究で、制作者のイメージ体験を捉えるために、「イメージの中で箱庭を作ること」と「イメージした箱庭をイメージした過程に沿って実際に作ること」の二場面構成の課題を設定していることを参考にした。本稿でとる課題設定は、最初にイメージした箱庭がそのまま外在化されることを目的としているのではない。むしろ、最初にイメージした箱庭をそのまま作ってくださいと指示されているにもかかわらず、最初のイメージのままには作れないという体験が制作者に生じてくるところに、イメージを外在化する過程の持つ特徴が表れると考えた。したがって、作り手に箱庭をイメージさせた後に実際にイメージした箱庭を制作するときに、「どうしても変えなくなった場合は事前のイメージとは違う箱庭を作ってもよい」ことを条件につけることとした。その条件の下で制作された箱庭作品は事前にイメージされた箱庭作品とは必ずどこか違う作品となっていると推測される。そしてその違いが生まれるまでに制作者の内的変化がどのように起こっているのかに着目し、イメージを外在化する過程における制作者の体験を検討することを目的とした。

第2章 方法

第1節 調査協力者

佛教大学臨床心理学科の箱庭制作に関心のある学生が受講していると考えられた箱庭療法をテーマとする授業の受講生約40名（3回生以上が受講対象）のうち、研究に協力の意思を示した20名（男性4名、女性16名）に調査協力を依頼した。

第2節 実施期間・場所

本研究は2014年10月8日から11月13日にかけて、同大学の箱庭が制作できる環境が整った部屋を利用し、個別法で行った。1人1回の面接で約1時間半程度、半構造化面接によってデータを収集した。

第3節 用具

箱庭は各部屋に設置されていた箱庭療法道具一式を用いた。砂箱は内側が水色に塗られた57×72×7cmの箱、砂は白色の細かく乾いた砂、玩具は動物、人間、建物、植物等のミニチュア玩具であった。玩具は各部屋に設置されていた棚に配置されていた。箱庭制作後、インタビューを行う際に協力者と調査者が箱庭を見ながら話せる環境を作るために箱庭の前と横に1つずつパイプ椅子を置いて、協力者は箱庭の前に、調査者は箱庭の横に座ってインタビューを行った。

第4節 手続き

＜倫理的配慮＞面接開始にあたって、協力者には研究の目的、方法、倫理的配慮、箱庭制作後のインタビューの際のICレコーダーの使用とデジタルカメラによる制作した箱庭作品の撮影の了承の説明を行い、合意を得た上で実施した。

＜イメージ段階＞研究への同意を得た後、砂箱と玩具棚の間に移動してもらい、調査者が「今からここにある玩具と砂を見ながら、あなたが作る箱庭を思い浮かべていただきます。玩具や砂は触っていただいても構いませんが、玩具を砂の上に持って行って乗せることはやめてください。後で思い浮かべた箱庭作品について質問をするので、できる限り作っているところをはっきりと思い浮かべてください。時間制限などはありませんので、納得のいくまで思い浮かべられたと思いましたら、お知らせください。」と教示し、協力者に箱庭制作のイメージをしてもらった。調査者は協力者の邪魔にならないよう玩具が入った棚の反対側で見守った。

＜イメージした箱庭についてのインタビュー＞協力者が終了の合図を行うと、調査者が口頭でイメージした箱庭についての質問を行った。行った質問は①全体の配置図（完成形）について、②イメージした順番、③置く順番であった。①の質問はイメージした箱庭全体に何が置かれ、砂をどのように動かしたかを聞き、箱庭制作後の箱庭との違いを比べるために行った。②の質問は箱庭をイメージしたときに箱庭のどの位置、どの玩具、砂をどう動かすのかの順番を聞くことで、何もない状態からイメージがどこから発生し、どう発展されていったのかを検討するために行った。③の質問はイメージ時に完成した箱庭だけでなく、箱庭を制作するところをイメージし、制作順序を明らかにすることで、②の質問の順番との比較のために行った。①の質問後に、イメージした箱庭の全体図の確認のために調査者が簡単な箱庭の図を描き、協力者に確認してもらった（箱庭の図の例は図1を参照のこと）。なお本研究では、箱庭作品の事前イメージ（頭の中で想像したもの）と箱庭作品を実際に制作することの違いを検討するため、図1のように表した概略図は分析に含めないこととした。

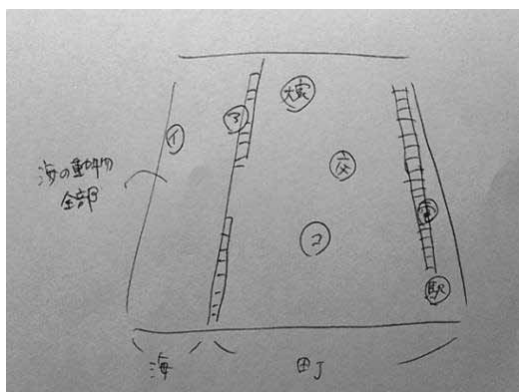


図1. イメージした箱庭のインタビュー時に描いた箱庭の図の例

＜イメージの外在化段階＞質問終了後、調査者が「ではいいよ、さきほど思い浮かべた箱庭を思い浮かべたときの順番通りに置いていき、実際に作っていただきます。もし作っている途中で変えたいな、とか違うことをしたいな、と思った場合は最初に思い浮かんだ箱庭とは違うものを作っていただいても構いません。もし、思い浮かべたときの順番を忘れた場合や質問があるときは手をあげて質問してください。時間制限などはありませんので、納得のいくまで作って下さい。」と教示し、協力者に箱庭制作をしてもらった。調査者は協力者の邪魔にならないようイメージ時同様、見守った。

＜制作した箱庭についてのインタビュー＞箱庭制作後、箱庭の前と横にパイプ椅子を配置し、制作した箱庭のインタビューを行うために協力者に箱庭の前に座ってもらい、調査者は箱庭の横に座った。インタビューの際にICレコーダーにて録音を行った。インタビューの内容はまず最初に、「実際に作った箱庭は最初に思い浮かべた箱庭と同じですか？」という質問をした。最初の質問に対し同じと答えた場合は思い浮かべたイメージと作品の比較についての質問を3問行った。質問内容は「実際に思い浮かべたものをそのまま表現してみてどうでしたか」、「思い浮かべたときよりもびったりくるところはありますか」、「表現してみて思い浮かべたときと違う点などありますか」であった。また事前に思い浮かべた順番通りに作ることに関する質問を2問行った。質問内容は「（イメージ時の順番通りに置いたか確かめてから）思い浮かべたときの順番通りに置いてみてどうでしたか」、「作っているときはどんなことを考えていましたか」であった。また最初の質問に対し違うと答えた場合はイメージと違うことにおける心的変化に関する質問を2問行った。質問内容は「思い浮かべたものと違う作品を作ってみてどうでしたか」、「思い浮かべたものと比べてどう思われますか」であった。続けてイメージと違うと感じたときなどの変化についての質問を3問行った。質問内容は「思い浮かべたものと変えた点はどのあたりですか」、「作っているどの段階で変えたいなと思いましたか」、「変えたときはどのように感じましたか」であった。

＜記録と片づけ＞インタビュー後、調査者は制作した箱庭の写真を斜め上、真上からの合計2枚撮影した。箱庭の撮影後、協力者が原状復帰のために箱庭の片づけを行った。その際、調査者が片づけを手伝うか否か聞き、承諾した場合は一緒に片づけ、拒否した場合は協力者の邪魔にならないよう見守った。片づけ終了後、調査終了とした。

第5節 分析方法

インタビューより得られた発言から想像していたイメージと外在化したイメージが変わったことについて語っていると考えられた部分をすべて抜き出し、その中から特徴的な部分を取り上げ、分類した。最初の質問の答え（同じ、違う）によってその後に質問する内容が異なっていくが、本稿ではどちらの答えにおいても制作過程での変化を捉えることが目的のため、質問に対する答えはすべて分析対象とした。その理由として質問の答えが同じ、違うと判断しても両方に想像した箱庭と違う部分があるという語りがあり、想像した箱庭と完全に

同じ作品になることはない判断されたからであった。どちらであっても制作中に変えたいなる場面があると考えられ、本稿はまとめて分析していくこととした。

第3章 結果と考察

協力者には、調査参加順に番号を付けた。協力者が発した言葉は「」、調査者が発した言葉は<>で引用した。どの協力者に該当する引用であることを示すため各発言の後ろに協力者の番号を(1)といったようにつけることで表した。

分類される上で実際に制作するときに「もし作っている途中で変えたいな、とか違うことをしたいな、と思った場合は最初に思い浮かんだ箱庭とは違うものを作っていただいても構いません。」という条件から派生したと考えられ、制作過程に変化が起きることの根底には「変えたい」「違う」といった感情があることを考慮に入れておく必要がある。

各協力者のインタビューから事前に想像した箱庭のイメージと実際に外在化した箱庭のイメージとで、変化した点について語っている制作者の心の動きが言語化されているだろうと思われる部分をすべて抜き出し分類した。個々の協力者を見ると、想像した箱庭作品と同じ箱庭作品を制作したと述べた協力者も存在した。しかし、実際に制作した箱庭作品から得られたインタビューでは全体としては想像していた箱庭作品と同じだと感じていても、作品の一部分や細部に、想像していたイメージに違いがあると語られていた。よって厳密に見ればすべての協力者の箱庭作品には変化があったと捉え、その変化が表れている点に焦点を当て分類していった。その結果、まず事前に想像したイメージを変えようとするときに体験した感情を分類すると(a)嫌だという感情、(b)寂しい気持ち、(c)楽しさを感じる、(d)不安やつらさを感じるの4つに感情に分けられた。これらの感情を「感じている」のは、「変えたい」「違う」というまでに至らない直観的な感情であり、あえて命名するならこのような感情に分類されると考えた。以下の記述では、(a)～(d)の感情に当てはまる語りに波線を引いて示した。またイメージを外在化する際に、事前に想像したイメージを変えたいくなるきっかけとなる感覚が語られていることが分かった。そしてそれを分類すると①もっと玩具を足したくなる思いが湧き起こる、②「違う」という感覚、③置かなければならない感覚、④やり始めたら止まらなくなる、⑤置けないという感覚の5つの内容に分けられた。これらのきっかけにある「感覚」は制作者が感じた感情を受け入れたときに「どうすればよいか」といった状況の中で別の制作過程が湧き起こり、制作者の感覚へと伝わると推測された。以下の記述では①～⑤の分類に当てはまる語りに下線を引いて示した。イメージを変えたときに体験される感情ときっかけとなる体験において、想像していた箱庭を外在化するときには先に感情が動くのではないかと推測された。そしてそれらの感情を実際に制作している箱庭に表現するかどうかという点において変えようとするきっかけとなる感情や感覚が生じるのではないかと考えられ、以上のような分類となった。

1. 表現を変えたくなくなったときに体験している4つの感情について

(a) 嫌だという感情



(10)



(3)



(12)

「多分箱庭の大きさのイメージが私の中だと小さくて、（制作するときに）すごく広く感じてしまったなと思いました。だから広いからなんか置かないといけないなと思って、ただ広いだけなのは嫌だなと思ったので他にも置いてみました。」(10) といったように想像した箱庭のまま外在化すると嫌だと感じる部分が現れることが見られた。他の発言では「(生き物を)置かなかつたら動いているのはこれ(新幹線)だけなのでなんか動き欲しいなって。それで動物もないのだったら兵士もいらなくなつてなつたけど動きが欲しいなと思って兵士だけを置くのは嫌だからとりあえず周りにクジラとかペンギンを置いたっていう感じ。」(3)、「何も置かなかつたら急にここ(下部分)が大通りみたいになりそうで、それはちょっと嫌だなって思って。落ち着きのある風情のある空間にしようと思つたら置いたらいいかなっていう感じですね」(12) といった語りにも見られていた。このように「嫌だ」と感じるのは、イメージを外在化するときには体験する世界を身をもって感じ、実感していく感覚が関与していると考えた。箱庭を制作することは砂を動かし、玩具を置くことによってイメージが立体化していくことである。その過程を身体を通じて実感することで制作者自身が作り出す1つ1つの造形や置く玩具は、より実在的なものとして感じ取られており、それは事前に想像していただけのものとは異なってくると推測された。結果、想像したときとイメージを外在化したときとのズレによる違和感が強く生じ、事前のイメージを変えたくなるぐらいの「嫌だ」といった感情を引き起こすと考えた。

(b) 寂しい気持ち



(4)

この感情が見られた語りには、「川だけだと案外寂しかったんで、滝をこう置いてみると、こんな（滝）置くんやったらもっと緑が欲しいなって思い始めて、もっと植物系が欲しいなって思い始めて、結局滝を置いたのがきっかけでしたね。これを置いてもっと置かないと、という感じになりましたね」(12)（箱庭の図は（a）を参照）といったそのままの寂しさを感じているものが見られた。その「寂しさ」から「もの足りなさ」を感じ取っているとも考えられる。想像したときの箱庭では、川という部分的なイメージよりは川やその他の玩具を含む全体としてのイメージがなされていたのではないかと考えられる。イメージを外在化する過程で玩具を置いていくことで1つ1つの玩具、空間が実体化されていく。そうすると(a)と同様に、想像での箱庭が実体化され、外在化したイメージとは異なっていくと考えられた。「最初動物とか入れる気なかったんですけど、思っていたより生きている感じがしないなって思っ。カメがなくなると、急にすごく寂しいなっていう感じがして、ちょっと動物を入れてしまったっていうのは作ってから気づいたことです」(12)や、「これ（家）を全部置いても寂しい空間になるとは思わなかった」(4)といった語りでも想像したときの箱庭のイメージを外在化することで「生きている感じがしない」、「寂しい空間」と感じてしまうのだと考えられた。またこれらの語りからは想像したときの箱庭には動きのある空間や寂しさを感じない空間が想像されていたと考えられた。つまり、イメージが外在化され実体化されていくことで動きの足りなさや寂しさといった感情が湧き上がってくると言えるだろう。

(c) 楽しさを感じる



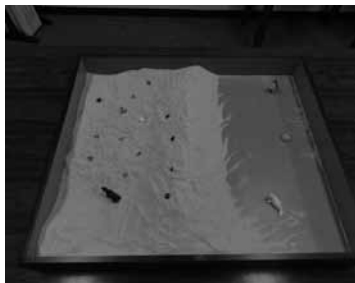
(19)



(14)

(a)、(b)とは異なり、制作過程で楽しさを感じていた制作者もいた。「なんか作るんだっ
たら楽しい方がいいかなと思って」＜その状況がですか＞「その状況が。動物は自然を楽し
む方がいいんじゃないかなと思いました」（19）や、「想像していたときはあんまり森が少な
いというか、いっぱい作るって言っていたけど、こんなに密度がある感じじゃなかったんで
すけど、実際に作るってなったときにどんどん置いていくと、すごい楽しくなってきて、な
んか思ったより想像していたよりも作ってるときのほうが、自分が感じるじゃないけど、
うまくいったかなーっていう感じは思います」（14）といった語りに見られた。これらの語
りには制作自体に楽しさを感じていることが示されている。また箱庭を制作することに積極
的になっているとも考えられ、制作者と箱庭との良い関係が生まれてきていることが「楽し
さ」につながるのだと推測された。制作者（14）が木の玩具を置いていくうちに楽しくなっ
てきたと語られていたことから、森の部分が制作者自身の手で作られていく感覚が「楽しさ」
として体験されたのであろう。また制作者が表現したい理想の形が現れ、想像したときより
もうまくいく感覚を得ることで「楽しさ」になるとも推測された。そういった「楽しさ」は
事前に想像した箱庭を外在化する過程で経験されており、そのような感情が沸き起こってく
ることが、イメージを外在化することの意義であると言えるのではないだろうか。

(d) 不安やつらさを感じる



(2)

この不安やつらさは想像した箱庭のイメージを実際に外在化したときに、想像したイメ
ージと外在化されたイメージが大きく異なっていることに対して引き起こされているよう
であった。「実際のものの方がまだ現実でありそうな感じかなと思いました。本来だとこれ（ベ
ンチ）とこれ（小さい家3個）とこれ（街灯）がないはずなので、（置かないと）かなり非
現実というか空白感というか、ないなっていう感じがして、かなり不安になるかなって
思ったんじゃないかなと思って、途中でこれはまずいかなと思って置いたんですけど。」（10）
（箱庭の図は（a）を参照）というように不安な感情を感じ、「このままではいけない」とい
った感覚を持っていた。この語りは次項で検討する5つのきっかけの③置かなければなら
ない感覚に分類され、どうにかしないといけないといった差し迫った体験だと推測された。不安
を感じている他の語りでは「やっぱり動物を置こうと思ったときに適当にビー玉とかちり

ばめていたんですけど、置く場所が見当たらないと思ってちょっと場所を作ろうかなと思って。それでペンギンとかを置きたかったんで海みたいな部分を作ろうかなと。」(2) といった玩具を置きたかった場所に置けなくなったことが語られていた。置き場所がなくなったと感じたことで、玩具を置くための新たな空間が必要となったのだと考えられる。既に外在化したビー玉がちりばめられている空間にはペンギンを置くべき場所が存在しないと感ずることで、「置く場所が見当たらない」といった焦りが生じたのだらうと思われた。その焦りが別の空間を作っていくことに繋がったのだと推測された。

つらさを体験した発言として「作りつつというか、違う。思ったよりもしんどかったので、何もないというのがしんどかったのでなんか欲しいなって思ってそれで。芝生を敷いていた段階で。芝生を狭くすればいいっていう話なんですけど、それも嫌だなって。芝生はできるだけ多く使いたいっていうのもあって」(10) が見られた。芝生だけ敷かれている空間からつらさを感じるということは、想像の箱庭では平面的に箱庭を想像して、それを外在化することで立体的になる。そしてその空間が立体的となることで上下の感覚が生まれたと推測された。下は芝生を敷いているが上は何も置かれていないため、この上の空間に何もないことでつらさを感じたのだと考えた。このように、想像してただけの段階では感じられなかったにもかかわらず、イメージを外在化する過程で、玩具を付け加えざるをえなくなるほどの強い感情が沸き起こってくる点に、箱庭においてイメージを外在化する過程が固有の意義を持つことを示していると言えるだろう。

2. 事前のイメージを変えるきっかけについて

①もっと玩具を足したくなる思いが沸き起こる



(7)



(5)

このカテゴリーに分類された語りは想像した箱庭の通りに制作している最中にももの足りなさを感じもっと玩具を置きたい(あるいは、もっと砂を動かしたい) という思いが湧き起こったことがきっかけとなって、事前に想像したときには現れなかった玩具を使用したり、砂を動かしたりしたことが語られていた。事前イメージには現れなかった玩具の使用では、「ただただ順番通りに置いていこうと思ってて、最後に電車で終わりか、じゃなくてこのブロック塀で終わりだったけど、もうちょっと置きたくなってきて、家に船を置きました」(7) と

いった語りに見られた。この語りでは想像通りに置いていき、最後にももの足りなさを感じ、作品の雰囲気合う玩具（船）を足したとされる。また、「川だけだと案外寂しかったんで、滝をこう置いてみると、これ（滝）を置くんだったらもっと緑が欲しいなって思い始めて、もっと植物系が欲しいなって思い始めて、結局滝を置いたのがきっかけでしたね。これを置いてもっと置かないって感じになりましたね」（12）（箱庭の図は（a）を参照）といったことが語られていた。この語りでは想像したときでは滝を置くことは考えられていなかったが、「川だけでは寂しい」ことを受け、そこから川のイメージが膨らみ、滝を置くという変化に至ったと推測される。そして滝を置くことで砂箱全体に滝からのイメージが広がり、「もっと置かない」という感覚になったのだろう。また、「柵を置いて柵を置いたその時ですかね。そこからやっぱり柵と道だけじゃ周りがないってなってそれで草を置こうと思いました。置くまではこれ（草）を置こうとかはなかったんですけど実際に置いた時になんか「んっ」と思ってそこからですね」（5）といった発言でも想像通りに柵を置いたときにイメージしていた感覚との違いを感じたのではないかと考えられる。そうして草の玩具を置くことで、本来想像していた箱庭のイメージに合わせられたのではと推測された。「なんか最初は（玩具を）ちりばめていたんですけど動物を置こうと思った時にあれ、どこに置こうかなってなってしまっ、ちょっと隅っこのところの砂をどけて少し（水の部分を）出そうかなという気持ちはあったんですけど、やってたらもっと広げたくなくて、それでやっているうちにすごい訳わかんなくなっちゃって」（2）（箱庭の図は（d）を参照）という語りからは、予定にはなかった砂を動かすという行為によって、事前には想像していなかったイメージが沸き起こってきたことが示されていた。最初は少しだけ砂を動かすはずが、砂の感触による自我の退行が生じ、砂の感触に身を任せることが更なるイメージの発展につながったのではないかと考えられる。「赤い綿をやっている（置いている）ときにこれだけじゃないなと思って、青い綿があったのでこれでやってみようかなと思って。本当にやっている最中に思い浮かんで、とりあえずやってみようという感じでやったんで」＜実際に手を加えてみてどうでしたか＞「多分季節が秋なのでそれもあったのかなあって。それで花は枯れますし、散っちゃうし」（10）（箱庭の図は（a）を参照）といった語りでは、赤い綿を置いている途中で事前に想像したイメージである秋の季節を外在化することで、もの足りなさを感じたと考えられた。この分類では想像したときの箱庭を外在化することによって、実体のなかった箱庭が立体的、三次元的に表現され、作品の中の詳細な部分が目に見えるようになると考えられる。その詳細な部分を実際に目の当たりにすることでもの足りなさが生じ、もっと玩具を置きたいという思いが沸き起こるのではないかと推測された。

②「違う」という感覚



(8)



(15)



(18)

この分類では特に想像した箱庭と比べて「違う」という感覚がきっかけとなっている。玩具に対する「違う」という感覚は、「最初、石は2個ぐらいかなって思っていたんですけど実際に置いてみたらちょっと思っていたのと違うなと思って、それやったらもっと置こうと思ってこんな感じ（実際に作ったもののよう）にしたかったんで」<その思っていたのと違うというのは迫力が足りないとか？>「そうですね。もっとごつごつした感じの岩にしたかったので。2個じゃただの石だなって思ったので増やしました。」(8)といった語りに見られた。この語りからは、想像したときには石を2個置くことで岩の感じを表そうとしていたが、実際には岩のイメージを外在化するには足りない感覚を受けたのだと推測された。この「十分に表現し切れていない」という感覚を受けている他の語りは「このある柵1本だけじゃ弱弱しいというか、それ（柵）だけじゃ簡単に越えられそうな感じだったんで、もうちょっと壁を厚くしてっていう、こっちはもう本当にここ（トンネル）を通らないと行けない感じにしたかったんで、ていうのはあります」(15)の語りにも見られた。また空間から受ける「違う」感覚として、「なんかここは本じゃないなって、なんとなく。ここにも木を置いてしまうと圧迫感がありそうな気がしたんで、ちょっと低めので。これ（低い草）でいいかなっていうのがあったんで」(18)の語りが見られた。これは想像したときには砂箱の枠の内側に木をほぼ全部置いていくと想像していたが、実際には先に置かれた家の近くに低い草を置いていたことについて説明したものであった。この語りの後に「家の近くなので開けておきたいと思って」(18)と語られたように、想像したときのまま沢山の木を配置することで、空間が圧迫されていくように感じられたと考えられる。このような玩具で表現したいイメージ

と空間的にイメージされたことを外在化しようとするときにそのままでは「足りない」と感じることや、それが圧迫感となって置く玩具を変えなくてはならなくなる。それは単に想像したときとの違いだけでなく、想像したときに思った「こういう作品にしたい」という曖昧な感覚がそうさせるのだと考えられる。その曖昧さが実際に外在化するときに明確になっていくことを受け、そこから制作者が本当に表現したかったことが意識され、「イメージと違う」といったこととなると推測された。

③置かなければならない感覚



(17)

この分類は②の「十分に表現しきれていない」感覚を超え「置かなくてはならない」感覚が、玩具を足していくきっかけとなったと考えられる。まず想像した箱庭と同じように制作し、空いている空間に対して「ただ広いままでいいやって思っていたんですけど、実際に作ってみると圧迫感、なんか置かなきゃ感というか、義務感、義務感とまではいかないけれど、なんか圧迫されている感じがして、なにか置かなきゃっていう気がしました」(10)（箱庭の図は(a)を参照）といったことがみられた。また同じ協力者の語りから「実際のものの方がまだ現実にあるような感じかなと思いました。本来(事前にイメージしたもの)だとこれ(ベンチ)とこれ(小さい家3個)とこれ(街灯)がないはずなので、(置かないと)かなり非現実というか空白感というか、ないなっていう感じがして、かなり不安になるかなって思ったんじゃないかなと思って、途中でこれはまずいなと思って置いたんですけど」(10)といった「想像したときのままではまずい」という感覚を受けていた。この協力者は特に「置かなければならない感覚」を強く受けていると思われ、想像した箱庭と実際に制作した箱庭とのギャップを感じていたことが見て取れる。特に空いた空間に対する不安感を事前にイメージした以外の玩具を置くことで抑えることができたと推測された。また、ある玩具に対して「置かなければならない」と感じた語りとして、「この兵隊を3人ぐらい置いた時にやっぱり(生垣が)あった方がいいなと思って」<兵隊は隠れているつもりで>「はい」<それは思い浮かべていたときも隠れているように置こうと考えていましたか>「思い浮かべているときは、人とか動物とかは兵隊には気にしなくて、知らないうちに兵隊が狙っている感じだったんですけど、実際に置いてみて(兵隊が)存在感があったので、(生垣を)置いてみようかなと

思いました」(17) といったことが語られた。この語りからは兵隊の玩具の存在感が想像したときよりも大きく感じられたことから、それを緩和させるために兵隊が隠れているように見せる生垣の玩具を置くことになったと考えられる。これらの語りから「置かなければならない感覚」が起こるのは、空間や玩具が想像していただけたときよりも実際に置いていくときには強烈に感じられるためであると推測される。それは実際に玩具を置いたことで玩具自体の存在感がよりリアルに体験されたのだと考えられる。「置かなければならない感覚」は意識的に意図していたものを越えた、いわば無意識から来る訴えとして制作者には感じられたのではないかと考えられた。また「なんかこう、安らぎの空間を全力で、それで囲うように作ってしまったんで」<その庭の中でも囲んでいる感じですか>「そうですね。何も置かなかったら急にここ（下部分）が大通りみたいになりそうで、それはちょっと嫌だなんて思っ
て。落ち着きのある風情のある空間にしようと思ったら置いたらいいかなっていう感じですね」(12)（箱庭の図は（a）を参照）といった語りでは、「置かなければならない感覚」はあまり感じていないように見えるが、全力で制作した安らぎの空間を守らないとその空間が成り立たないというところに、「置かなければならない」という義務感のようなものが生じていたと考えられる。これらの語りは、箱庭制作は制作者が自由に行っていて、意図的に制作することもできるにもかかわらず、実際はイメージを外在化する過程において制作者の意図を超えて、「置かなければならない」という使命感のような感覚が生じる場合があることを示している。

④やり始めたら止まらなくなる

この分類はある制作作業について「止まらなくなる」といった感覚になるとされる語りである。「最初は小さいつもりだったんですけど。最初はこの隅っこに作ってそこにちょっと置こうかなと思ったらどわーっと」(2)（箱庭の図は（d）を参照）といった語りや、「うーん…森の部分ですね。想像していたときはあんまり森が少ないというか、いっぱい作って言うていたけど、こんなに密度がある感じじゃなかったんですけど、実際に作ってなったときにどんどん置いていくと、すごい楽しくなってきた、なんか思ってたより想像していたよりも作ってるときのほうが、自分が感じるじゃないけど、うまくいったかなーって感じは思います」(14)（箱庭の図は（c）を参照）に見られる。

制作者（2）の語りでは、砂箱の隅の部分の砂を少し動かそうとしたことがきっかけとなっていた。また「なんか最初は（玩具を）ちりばめていたんですけど、動物を置こうと思った時にあれ、どこに置こうかなってなっちゃって、ちょっと隅っこのところの砂をどけて少し（水の部分を）出そうかなという気持ちはあったんですけど、やっていたらもっと広がって、それでやってるうちにすごい訳わかんなくなっちゃって」(2) とも語られていたことから、水の部分をもっと表出させたい感覚と砂の感触に伴った自我の退行する感覚が合わさっていたと考えられた。置きたい玩具はペンギンであったことと置き場所がなく

なったことを受け、ペンギンには水、海といったイメージの広がりが起きていたと推測された。そのイメージの広がりは砂の感触、楽しさによってさらに広がっていったと考えた。それらの合わさった感覚が言葉にするのは難しいため、「訳が分からなくなる」といった感想となると考えられた。制作者（14）の語りからは森を制作するときに小さな木を置いていくことがきっかけとなっていた。小さな木を1つ1つ置いていき徐々に森になっていくのを見ながら、制作者自身がイメージした森がより実体化されていく感覚、自身で作り上げていく感覚が「楽しくなってきて」へと繋がっていくと推測された。この2人の語りには「楽しさ」が関与していることから、制作者がより表現したかったものが砂を動かす、小さい木を置いていくといったことから「楽しさ」が生まれ、「止まらなくなる」体験へと導いたと推測された。この分類においても外在化する過程に「どわーっと」、「どんどん置いていく」といった意図したものを越えた制作体験が生じていながら、「楽しさ」といったポジティブな体験が伴っていたことが見出された。

⑤置けないという感覚

この分類では想像したときに置こうとしていた場所に玩具が置けないと覚えることがきっかけとなっていた。④の概念でも取り上げていた制作者（2）の語りでも置きたかった玩具（ペンギン）の置場がなくなってしまう体験や、「なんか置きづらいというか置けないなっていう」＜なんかちりばめているところにペンギンは合わないなみたいな＞「そうですね、置けないし居場所がない感じ。違う世界みたいな感じですかね」（2）（箱庭の図は（d）を参照）といった語りにも表れていた。制作者が表現したかった世界の中に置けなくなるといった現象には③と④同様、意識と無意識の交錯が起きているのではと推測した。つまり先に外在化した部分は想像していたものと同じであった。これは意識されていた部分であり、先にイメージしたものが外在化されていた。一方、玩具が置けないと覚えるのは無意識的にその玩具のイメージと先に外在化した部分が合わなくなってしまうことが起きるのだと考えた。よってそれを解決するために玩具のイメージから砂を動かしていくことにつながったのだと推測した。こうした現象は意識と無意識の折り合いをつけていく、中間点を目指し交錯しているのではないかと考えられる。他の語りでは、「家は本当は実家のほうを思い浮かべて置いて、人は家の中において、外にはいないなって思って家の中にいる感じがして、玄関を始めこっち（ウサギの方向）に向けて置こうとしていたんですけど、正面を向かれると嫌だなって思って、本当に端っこにくっつけるように置きましたね」＜思い浮かべた時は（家を）どの向きにしようかなと思ったりましたか＞「なんかこっち（ウサギの方向）に向けようと思ってたんですけど、やっぱりこっち（玄関を右方向にむけた家）だなって」（5）（箱庭の図は①を参照）といった玩具同士の向きに関する置けなくなる感覚が見られた。この場面にはウサギの玩具と家の玩具を想像したときは向き合って置こうと考えていたが、実際に外在化すると家の玄関がウサギに向いているのが嫌だと感じ、玄関を別の方向に向けたといったものだった。こ

こには玩具同士の関係性やそれぞれの持つイメージが関与していると考えられる。しかし実際に外在化することで実体的となり玩具の向きによってそれらの視点がリアルに表現されたことも考えられた。後の発言でウサギの玩具を制作者自身と重ねていたことから、ウサギの視点と制作者の視点が重なり、家の玄関の方を向かれることの不安を感じたとも推測された。この2つの語りから考えられることは、先に外在化した部分や玩具による影響が大きいこと、置けないことを受けそれを解決するためにどのようにしたのかというポイントに制作者自身もそれまでには思いついていなかった表現性が見られ、事前に想像した以外の何かが出てくるところに制作者を理解する手がかりが現れるのだと考えられる。

第4章 まとめ

以上の結果と考察を踏まえて、箱庭制作過程でイメージを外在化する行為において、本稿では、イメージを変えたいとなる4つの感情と5つのきっかけが制作者に起こり、影響を与えていることが記述できた。4つの感情では序論で述べた上田(2012)や花形(2012)の研究から「不安」や「戸惑い」といった感情が生じていることが、本稿でも示された。また事前に想像した箱庭のイメージを変えたいとなったきっかけである5つの内容では、置かなければならない感覚や置けないという感覚といった想像した箱庭とのギャップが強く見られた。特に事前に想像した箱庭のイメージを変えたいときの感情ということで、箱庭を想像しているときは何の感情も感じてはいない。しかし想像した箱庭のイメージを変えたいきっかけと共に感情が起きていくことは、実際に制作するときに伴う玩具や砂によるイメージの外在化によって無意識に触れ、新たな気づきとなる別のイメージを引き出す助けになると考えた。玩具を砂の上に置くことや砂を動かすことで想像にあったイメージが砂箱の中に実体化される。そうした直接的な感覚が想像のイメージと重なることで変化が生じた。そして実体化によって外在化されたイメージが制作者の無意識に影響されると推測された。

箱庭制作過程におけるイメージを外在化することは箱庭世界に新しい一面を見せる反面、戸惑いを抱くことがあると推測される。しかしそれらを感じ取ることで制作者は自ら箱庭の中に「癒し」を求め、結果、制作者が納得のいく箱庭作品が生まれると考えた。そうしたことが新しい表現方法を導こうとし、無意識と意識のバランスのとれたイメージが箱庭に外在化され、制作者の納得のいく作品へと変化していくのだろうと推測された。

本研究の今後の課題として、箱庭制作後の質問に曖昧さが見られたことで、核になるような語りが捉えられなかったことが挙げられる。半構造化面接であっても核となるような語りが見られるような質問を細かく設定していく必要があるだろう。また実際場面を想定すると連続的な箱庭制作場面で行う必要があり、連続的に制作することで1回の箱庭制作過程の変化があるのか検討していきたい。

〔引用文献〕

- 花形武（2012）．初回箱庭制作における内的プロセスについて―箱庭制作経験のない大学生・大学院生を対象に修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて―．箱庭療法学研究，25，91-100.
- 片畑真由美（2006）．臨床イメージにおける内的体験についての考察―箱庭制作体験における「身体感覚」の観点から―．京都大学大学院教育学研究科紀要，52，240-252.
- 河合隼雄（1991）．イメージの心理学．青土社．
- 近田佳江・清水信介（2006）．制作者の主観的体験からみた箱庭表現過程．北星学園大学社会福祉学部北星論集，43，35-57.
- 岡田康伸（1984）．箱庭療法の基礎．誠信書房．
- 岡田康伸（1993）．箱庭療法の展開．誠信書房．
- 上田勝久（2012）．箱庭制作の体験プロセス 不安のワークスルーをめぐって．心理臨床学研究，30（5）．736-746.

〔付記〕

本稿は平成 26 年度に佛教大学教育学部に提出した卒業論文を加筆・修正したものである。また、本研究は佛教大学「人を対象とする研究」倫理審査委員会での審査・承認を得ている（承認番号 H26-学部 44）。

（むらかみ みさ 教育学研究科臨床心理学専攻修士課程）

（指導：石原 宏准教授）

2015 年 9 月 30 日受理